

# VOLLKORN-KNUSPERWECKERL



★★★★★ 4.8 bei 33 Bewertungen



## Zubereitung

- 1 Für den Germteig ([>Germteig 1x1](https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/)  
(<https://www.backenmitchristina.at/rezepte/germteig/>))  
Wasser in eine Rührschüssel geben. Die [Dinkelvollkornmehl](https://www.backenmitchristina.at/produkt/dinkelvollkornmehl/)  
(<https://www.backenmitchristina.at/produkt/dinkelvollkornmehl/>), [Dinkelmehl](https://www.backenmitchristina.at/produkt/dinkelvollkornmehl/)  
([https://www.backenmitchristina.at/produkt/dinkelvollkornmehl-900/](https://www.backenmitchristina.at/produkt/dinkelvollkornmehl/)) und Einkornvollkornmehl (alternativ ein anderes  
Vollkornmehl), Salz, [Backmalz](https://www.backenmitchristina.at/produkt/backmalz-gerstenmalzmehl/)  
(<https://www.backenmitchristina.at/produkt/backmalz-gerstenmalzmehl/>) und Sesam dazugeben und zu einem  
weichen Germteig vermischen (dieser Teig muss nicht  
geknetet werden).
- 2 Den Teig zugedeckt und bei Zimmertemperatur ca. 4  
Stunden rasten lassen.
- 3 Den Teig auf eine gut bemehltes Backpapier (am besten  
bereits direkt am Backblech) geben und auch die Oberfläche  
des Teigs mit Roggenmehl bestreuen.
- 4 Anschließend mit den Händen vorsichtig etwas  
auseinanderdrücken, damit ein Rechteck entsteht.  
  
Den Backofen auf 220 Grad vorheizen.
- 5 Den Teig mit Hilfe einer scharfen [Teigkarte](https://www.backenmitchristina.at/produkt/christinas-teigabstecher/)  
(<https://www.backenmitchristina.at/produkt/christinas-teigabstecher/>) in drei längliche Teile teilen. Von jedem dieser  
Teile nochmals ca. 3-4 Stück abstechen und auf dem Blech  
verteilen.

## Zutaten

### FÜR CA. 12 WECKERL

#### TEIG

400 g	lauwarmes Wasser
150 g	Einkornvollkornmehl
250 g	Dinkelvollkornmehl
100 g	Dinkelmehl 700 oder 900
10 g	Salz
10 g	Backmalz
5 g	frische Germ
20 g	Sesam

6 Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad ca. 20 Minuten mit viel Dampf backen.